尊い生命に感謝をささげ、野生に満ちた肉を味わう

自然環境の変化等により増えすぎたため、森林や農林業に大きな被害を出しているシカやイノシシ。彼らも生きるために必死ですが、適正頭数に減らすため、狩猟者による捕獲を行っているのが現状です。捕獲された彼らの命を無駄にせず、大切にいただく。ジビエ（狩猟肉）の有効活用が模索されています。

フランスでは高級食材ですよ！シカ肉の燻製（くんせい）に挑戦

ジビエならではの力強く生命力に溢れたシカ肉を、ワイルドに燻製仕立てでいただきましょう。

まずブロック肉に塩コショウを満遍なく擦り込む（目安は肉500ｇに塩コショウ20ｇ）。ラップでしっかり包み込み、冷蔵庫で丸１日寝かせます。そして塩抜き。水を張ったボウルにシカ肉を入れ、軽く水を流しながら約２時間放置。水気を拭き取り、半日ほど陰干ししたら仕込み完了。さあ、それではお待ちかね。燻（いぶ）してみよう！

▲ダンボールを活用して燻製

燻製器などないので、キャンプ用の焚き火台に大き目のダンボール（切り込みを入れて開閉できる窓を作ったもの）を被せてやってみました。

網の上にシカ肉を置き、いざ燻製開始。熾（お）き火状態の炭火に乗せたアルミホイルの上に燻製用の桜チップを入れると、煙が肉を包み込み始めます。ダンボールを被せ、チップを足しながら熾き火でじっくりロースト＆スモーク。火の番をしながら１時間半ほど燻すと、シカ肉の燻製のでき上がりです。あめ色に輝くその姿は存在感たっぷり。赤身の肉が燻製にぴったりで、スモーキーな香りをまとった野趣溢れる味わいを堪能できます。

▲迫力満点の燻製肉

コラーゲンと旨みたっぷりのシシ汁で温まろう

林業婦人部の皆さんに教わったシシ汁のレシピもご紹介。狩猟フォーラムで振る舞われ、参加者に大好評でした。ぜひご賞味あれ。（小松）

◆◆ 材料（５人分）◆◆

シシ肉２００ｇ	こんにゃく４０ｇ	しょうゆ適量
ゴボウ　３０ｇ	ダイコン１２０ｇ	みりん　適量
ニンジン３０ｇ	ネギ　５０ｇ	塩　適量
サトイモ５０ｇ	生姜　適量	ゆず皮　適量
シイタケ８０ｇ	合わせ味噌３０ｇ	だしの素２ｇ
豆腐　４０ｇ	白味噌　５５ｇ	水　１リットル

※シカ肉・シシ肉は、べふ峡温泉で販売しています。

市民のひろば

掲示板

◆甫喜ヶ峰森林公園フリーマーケット

日用品や本、洋服、おもちゃなどのフリーマーケット。ぜひおいでください。

【日時】４月17日（日）10時～15時

【場所】県立甫喜ヶ峰森林公園（土佐山田町平山）

【問い合わせ先】甫喜ヶ峰森林公園管理事務所

☎57・９００７

◆一緒に体操しませんか

新鮮な朝の空気を吸いながら、楽しく健康長寿を目指しましょう。地域外の方もＯＫ。都合のよい時にご参加ください。参加無料。

【日時】毎朝６時30分～７時10分 ※雨天時・日曜日休み

【場所】秦山ふれあいセンター広場（あけぼの保育園北隣）※駐車場あり

【内容】①ラジオ体操②軽度な筋トレ③頭の体操等

【連絡先】三谷誠郎

☎52・４８３２

◆遊友会卓球部部員募集

健康の維持を目的に、生涯スポーツとしてラージボール卓球を楽しみ、そして親睦を目的に集う会です。楽しみたい方待っています。

【日時】毎週月・火・金15時～17時

【場所】宝町体育館

【会費】月300円

【連絡先】部長　吉廣正

☎090・３７８７・３９０４

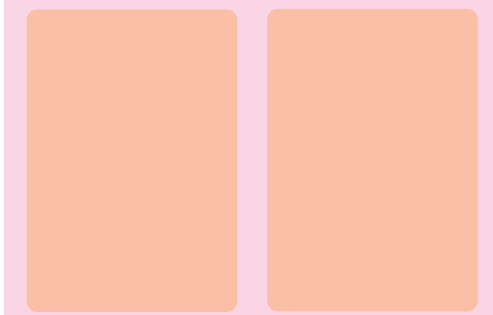
◆アンパンマンミュージアム再オープン！いまだけ入館料無料

空調改修のため休館していた『アンパンマンミュージアム』が再オープンしています。

これに合わせ、香美市民の皆さんの入館料を、４月10日（日）まで無料にしています。住所が分かるものをご持参ください。

【問い合わせ先】やなせたかし記念館アンパンマンミュージアム☎59・２３００

おたんじょうびおめでとう

今月満１～３歳の誕生日を迎えるお子さんを紹介します。

※㊏は土佐山田町、㊎は香北町、㊒は物部町です。

掲載を希望される方を募集しています。詳細はお問い合わせください。
申し込みは誕生月の前月１日まで。
問 総務課 ☎53−3112

◆１月号の感想（第69回かみかみクイズ応募から）

子どもたちの手書きの年賀状に元気をもらい、手書きの良さを改めて感じました。絵は描けなくても、来年はせめて一言だけ、手書きのメッセージを入れてみようと思いました。

◇　◇　◇

ゆずの体験レポートを楽しく読ませてもらいました。おいしいゆずが我々の口に入るには、収穫する方の大変な苦労があることを考えながら、大切に利用していきたいと思います。

桃氏ちゃん 4月 その164
美声…。
ホーホケキョッ
春…きたぜっ…
あぁ…聞こえるわ…これは超美声のウグイス!!!

（山田高校マンガ部）

ただいま留学中 No.107

ナミ・チラミッド
タイ／バンコク

香美市の皆さん、こんにちは！平成26年の秋に、タイから来ました。高知工科大学博士後期課程で、知能機械工学の博士論文を書いています。

人生で、より大きな視点を持つためには、若い時、特に高等教育期間中に、自分の限界を押し拡げる思考能力を鍛えるべきだというのが私の信念です。私はその信念に従って旅を始め、ふるさとを離れて高知県香美市で勉強しようと考えました。実際のところ、香美市での留学生活は予想以上に目的にかなっていました。

日本人は、やらなければならない仕事とか、習得しなければならない技術とか、学習しなければならない課題があるとき、その目的を成し遂げるための道筋を明らかにし、熱心に取り組むと言われています。私もそのとおりだと思います。私の知る限りですが、小さな子どもや小中学生、大学の友人や教員に至るまで、確かにこのようにしています。

このような日本人の生活態度が、労働の質を向上させることにつながっていると思います。それは、皆さんが将来を見据えて協力し、より良い生活社会の『プラットホーム』を作ることを目指していると思えるからです。『プラットホーム』とはコンピュータ用語の転用で、「共通に使われるハードやソフトの基本的構造や環境、設定次第でコスト減も可」という意味です。

これからもよろしくお願いします。